

COSA METTERE IN VALIGIA

CAMP IN MONTAGNA

Per quanto riguarda il materiale e l'abbigliamento, si suggerisce di portare:

- Magliette maniche corte e maniche lunghe
- Pantaloni lunghi e pantaloncini
- Felpe (o maglioni)
- Due paia di scarpe da ginnastica
- Tuta
- Zainetto (ideale da 15/20 litri)
- Accappatoio e/o telo mare
- Ciabatte da doccia
- K-way o giacca a vento leggera
- Cuffia da piscina e costume
- Cappellino
- Scarpe da trekking (con carrarmato)
- Mutande
- Canottiere
- Calze da ginnastica
- Pigiama
- Ciabatte per camera/piscina
- Spazzolino e dentifricio
- Sapone e shampoo
- Crema protettiva e crema doposole
- Stick protettivo per labbra
- Torcia
- Il necessario per l'igiene personale
- Asciugacapelli
- Borraccia
- Occhiali da sole

CAMP AL MARE

Oltre al materiale indicato per il Camp in Montagna, si suggerisce di portare qualche costume in più, un telo da spiaggia, un repellente anti-zanzare e ciabatte da mare.

.....

Ai Champions' Camp È FATTO ASSOLUTO DIVIETO detenere:

- Bevande alcoliche
- Sigarette
- Coltellini (anche svizzeri)
- Medicine (se non assunte per curare patologie in corso e previo avviso all'organizzazione)

Inoltre, si sconsiglia vivamente di portare:

- Lettori CD e videogiochi
- Ipod/Ipad/Tablet/MP3 di valore
- Go Pro e videocamere
- Capi di abbigliamento di valore e oggetti preziosi

Gli iscritti ai Camp Specialistici (Calcio, Pallacanestro, Pallavolo, Tennis, Danza, ecc.) dovranno portare l'abbigliamento e l'attrezzatura tecnica necessari a praticare lo sport/disciplina di riferimento.